

À votre agenda

2, 3 et 6 avril :

Congés de Pâques

7 avril :

Date limite pour la réinscription à l'automne

« La Garoche » remporte la finale locale de *Sciences, on tourne!*

Le 17 mars dernier, 14 équipes ont fait preuve de beaucoup d'ingéniosité et d'adresse pour se démarquer dans le cadre de la finale locale de *Sciences, on tourne!*. Elles ont conçu des engins tous plus originaux les uns que les autres, au grand plaisir de la cinquantaine de spectateurs présents pour l'occasion.

Le défi de cette année consistait à créer une machine autonome capable de projeter une balle sur un mur le maximum de fois possible en 60 secondes. L'équipe gagnante se nomme « La Garoche » et elle est composée de trois étudiants en Techniques de génie mécanique, Pier Luc Côté, Valois Frappier et Louis Fillion.

Cette équipe représentera le Cégep de Sherbrooke à la finale nationale de la compétition *Sciences, on tourne!* le 2 mai prochain au Centre d'études collégiales de Charlevoix.



De gauche à droite, Pier Luc Côté, Valois Frappier et Louis Fillion, posant fièrement à côté de l'engin qu'ils ont conçu et qui leur a valu de remporter la finale locale de *Sciences, on tourne!*

Un printemps artistique à savourer!



Les porte-paroles du lancement, quatre des membres de Misteur Valaire, présentent fièrement la programmation des productions artistiques étudiantes 2015. De gauche à droite : François-Simon Déziel, Louis-Pierre Phaneuf, Jonathan Drouin et Thomas Hébert.

Le comité Vie d'artiste a dévoilé la programmation des productions artistiques étudiantes du Cégep de Sherbrooke en compagnie des porte-paroles de l'événement, quatre des membres de la formation Misteur Valaire, tous diplômés du Cégep en Musique ou en Sciences humaines.

Thomas Hébert, François-Simon Déziel, Jonathan Drouin et Louis-Pierre Phaneuf ont livré un témoignage à propos de leur passage au Cégep, lieu où leur formation s'est consolidée et où leur carrière musicale a pris son envol.

Pour la deuxième année, c'est un groupe d'étudiants finissants en Graphisme qui a assuré avec brio la conception de la programmation 2015 qui prend la forme d'une affiche flamboyante.

Expositions en arts visuels et graphisme, spectacles de danse, concerts de musique et lancement de revue littéraire sont au nombre des douze événements qui composent cette programmation et qui s'échelonnent du 28 avril au 22 mai 2015.

Rappelons que le comité Vie d'artiste, qui regroupe différents intervenants tous passionnés par les arts, a pour objectif de promouvoir les programmes artistiques du Cégep de Sherbrooke, soit Musique, Danse, Arts visuels, Graphisme et Arts, lettres et communication.

Visitez le www.cegepsherbrooke.qc.ca/viedartiste pour télécharger la programmation printanière des productions artistiques étudiantes 2015.

Héma-Québec

Nous vous remercions chaleureusement 242 fois pour vos dons de sang!
La prochaine collecte de sang aura lieu à l'automne prochain.
Surveillez la publicité, pour donner du sang, donner la vie!



Réinscription à la session d'automne 2015

Aux personnes actuellement inscrites au Cégep de Sherbrooke qui désirent poursuivre leurs études dans le même programme à la session d'automne 2015.

Si vous avez présenté une demande de changement de programme, vous devez attendre d'être admis; le cas échéant, vous recevrez un avis vous invitant à vous inscrire.

La période de réinscription se déroulera jusqu'au **7 avril**, 23 h 59, et seul le paiement intégral de vos frais d'inscription confirmera votre réinscription. Ce délai passé, les retardataires se verront imposer des frais de retard additionnels de 35 \$.

Faute de vous réinscrire **au plus tard le 7 avril 2015**, aucune proposition de cours ne vous sera soumise et nous considérerons que vous ne poursuivrez pas vos études, ainsi votre place au programme d'études ne sera pas conservée.

Frais d'inscription : 195,70 \$
Part sociale de membre de la Coopérative du Cégep de Sherbrooke (facultative et facturée une seule fois à vie) : 25 \$

L'inscription peut être faite par Omnivox, en personne au registrariat (5-31-115), par enveloppe glissée dans la chute à courrier du registrariat ou par la poste. Dans les deux derniers cas, inclure un chèque (frais de 15 \$ pour chèque sans provision) ou mandat-poste et le formulaire d'inscription dûment rempli.

Toute annulation d'inscription doit être faite par écrit au Service de l'organisation scolaire, du registrariat et de l'aide pédagogique 21 jours avant le début de la session afin de donner droit à un remboursement de 185,70 \$.

Ça sent le printemps!

La programmation du Centre de l'activité physique est maintenant dévoilée.

Rendez-vous à la section Centre de l'activité physique du site web du Cégep pour la découvrir!



Ateliers sur les médias sociaux avec Mme Blanc



Mme Chantal St-Onge, coordonnatrice du Centre de formation continue, et M. Louisda Brochu, président du conseil d'administration de Commerce Sherbrooke, ont recueilli quelques conseils web de Mme Michelle Blanc (au centre), spécialiste en marketing Internet, lors de la conférence de presse visant à lancer la série d'ateliers sous le thème « Les médias sociaux au service des commerces ».

Invitée par le Centre de formation continue du Cégep, en collaboration avec des partenaires du milieu des affaires, la spécialiste en marketing Internet, stratégie web et médias sociaux, Mme Michelle Blanc, offrira une série d'ateliers destinés aux commerçants de Sherbrooke et des environs.

Déclinés en quatre thèmes, ces ateliers leur permettront d'avoir accès à du contenu informatif à la fois théorique et pratique. Ils pourront ainsi tirer profit au maximum des dernières technologies web afin d'améliorer la promotion de leurs produits et services sur les médias sociaux.

Chaque atelier sera proposé selon trois plages horaires différentes, soit le matin, le midi et en formule 5 à 7, le tout dans le but de permettre aux commerçants d'assister aux ateliers sans compromettre leur horaire de travail.

Le Cégep de Sherbrooke est heureux de contribuer à l'essor des commerces de la région en rendant accessibles ces ateliers de formation continue tenant compte des dernières tendances web.

Pour en savoir davantage et visionner une vidéo de Mme Blanc, visitez le www.cegepsherbrooke.qc.ca/michelleblanc.

Rencontre captivante entre les filles et les sciences!



Le Cégep de Sherbrooke était fier partenaire de l'événement *Les filles et les sciences : un duo électrisant!*, organisé par le Conseil du loisir scientifique de l'Estrie. La journée, qui se déroulait le 14 mars à l'Université de Sherbrooke, a rassemblé près d'une centaine de jeunes filles de 2^e et 3^e année du secondaire qui ont pu se familiariser avec les domaines des sciences et du génie. L'enseignant du Cégep en Techniques de génie mécanique – Technologie de maintenance industrielle, M. Éric Morin, était sur place pour présenter l'atelier *Minute Minute*. Crédit photo : CLSE.

Saviez-vous que...

... les aliments légers ne favorisent pas nécessairement la perte de poids?

En effet, les aliments à faible teneur en gras contiennent généralement moins de calories. Pour pouvoir apposer l'allégation *léger* sur un produit, il doit avoir été modifié pour contenir 25 % moins de calories ou de gras que le produit dit original avec lequel il est comparé. Cependant, les produits légers d'une marque ne sont pas nécessairement moins calorifiques que la version originale ou le produit équivalent d'une autre marque.

Pour diminuer la quantité de matières grasses contenue dans un produit, l'industrie augmente parfois la quantité de sucre afin de conserver la texture et le goût original. Par exemple, certains biscuits réduits en matières grasses contiennent plus de sucre que leur version originale et ont la même teneur en calories.

Avant d'acheter un produit léger, il est important de comparer sa valeur nutritive (calories, glucides, lipides) avec celles de la version originale et des produits similaires des autres marques.

De plus, il a été démontré que le simple fait de voir l'allégation *faible en gras* amenait les gens à manger davantage du produit. Ainsi, même lorsque le contenu en calories des aliments légers est inférieur à la version originale, si on en mange une plus grande quantité, on en vient à consommer autant sinon plus de calories.

Bref, les aliments légers ne représentent pas une solution miracle pour aider à la perte de poids.

Marie-Claude Pruneau, infirmière
Membres du comité des Saines habitudes de vie
Source : www.extenso.org

Service d'orientation et d'information scolaire mobile

Jusqu'au 21 avril 2015

Tous les mardis, entre 11 h 15 à 13 h 15, un conseiller ou une conseillère d'orientation se déplace, pour vous, au Centre d'aide en Sciences humaines, local 34-134 du pavillon 3.

N'hésitez pas à venir poser vos questions!

Une conférence captivante avec Garnotte

Le 10 mars dernier, plus de 350 étudiants et étudiantes du Cégep de Sherbrooke ont eu la chance d'entendre le caricaturiste Garnotte dans le cadre d'une conférence ayant pour titre « La caricature : arme de dérision massive ».

Avec humour et générosité, Garnotte a abordé plusieurs thèmes tels que les impacts et les rôles de la caricature, le tout accompagné d'une série d'images qui n'ont pas manqué de secouer bien des idées reçues chez les participants et participantes.

Garnotte, de son vrai nom Michel Garneau, est aussi scénariste et dessinateur québécois de bande dessinée et est surtout renommé pour ses caricatures éditoriales dans le quotidien montréalais *Le Devoir* depuis 1996.



Martin Barrette et Christian Leclerc, enseignants en Philosophie, discutent avec le caricaturiste Garnotte, au centre de la photo.

Vente de livres usagés

Le 25 mars, entre 8 h et 16 h, dans la galerie d'art du Centre des médias

Il y a de tout, et ce, à prix très compétitif! Vous y trouverez des dictionnaires, des romans, des manuels scolaires, des documentaires et bien plus.

Paiement comptant seulement. L'argent ainsi recueilli servira à acheter d'autres documents pour la bibliothèque.

Cette vente est offerte à toute la communauté collégiale.

Les articles invendus seront expédiés à la fondation *Une culture à partager*, qui trie et expédie les livres à des pays francophones, en voie de développement.

Logiciel de récupération de données

Vous avez supprimé une photo, un vidéo, de la musique, un document important de votre appareil ou vous avez simplement perdu les données pour une raison que vous ignorez?

Nul besoin de s'affoler si vous avez le programme *Recuva*! Ce programme a pour but de retrouver ses fichiers à l'aide d'une recherche sur votre appareil et ainsi les récupérer facilement.

Le programme pourra également retrouver des fichiers d'une clé USB, de votre mp3 ainsi que ceux de votre cellulaire.

Pour plus d'information :
<http://www.piriform.com/recuva>

Carl Chauvette
Aidant au Centre d'aide en informatique



Athlètes de la semaine

Féminine : Ariane Bouchard
(Natation)



Masculin : Yanick Buys
(Natation)



Activités du Service d'animation

Ligue d'improvisation (LICS)

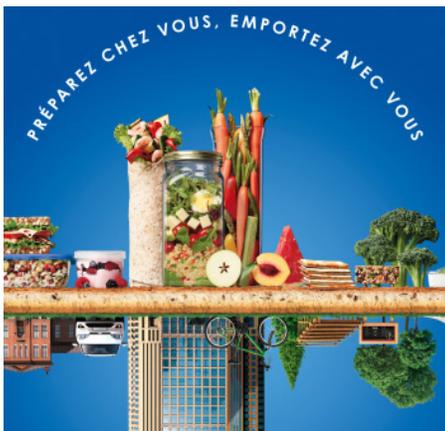
Rendez-vous ce jeudi **26 mars** à 19 h au hall de la salle Alfred-Des Rochers, alors que l'équipe des Verts rencontrera l'équipe des Noirs. Entrée libre.

Une équipe de LICS représentera le Cégep de Sherbrooke au Tournoi Cirque Asylum du Cégep de Granby les **27, 28 et 29 mars** prochains. L'équipe est composée de David Bolduc (capitaine), Thomas Séguin, Chanel Bélisle, Clémence Bergeron, Nicolas Courtemanche et de Antoine Fournier sous la supervision de Raymond Valence, entraîneur.

Un match spécial sera présenté le jeudi **2 avril** à 19 h à la salle Alfred-Des Rochers, sous la thématique *Les 100 coups de Miss O'Bradey* qui sera une pièce de théâtre improvisée avec dix comédiens, mise en scène et aucun texte. Entrée libre.

Mars : mois de la nutrition

Dans le cadre du mois de la nutrition, Marie Boivin, nutritionniste du Centre de santé et services sociaux, donnera des trucs et conseils. Aussi, vous serez invités à des dégustations. Un dernier kiosque d'information se tiendra le **25 mars**, entre 11 h 30 et 13 h, au pavillon 2, niveau 2, sous le thème *La collation futée*. Il y aura un tirage de six livres de recettes à la fin du mois.



Cégeps en spectacle

Finale locale

Bonne chance au groupe *Les Comparses*, composé de Léopold Giroux-Gauthier, Maxime Hébert, Justine Meunier et Cédric Pierre-Gilles qui représentera le Cégep de Sherbrooke lors de la finale régionale qui aura lieu au Cégep de Victoriaville le **28 mars** prochain. Deux bourses de 500 \$ seront offertes, l'une par COOPSCO, l'autre par Desjardins, à deux gagnants ex-aequo qui y interpréteront deux chansons du répertoire québécois, agrémentées de leurs propres arrangements musicaux.



Semaine d'actions contre le racisme

Différentes activités de sensibilisation vous sont offertes pour l'occasion!

Testez vos connaissances interculturelles!

C'est un rendez-vous à ne pas manquer le lundi **23 mars**, entre 11 h 30 et 13 h, à la Zone-Orange (pavillon 2).

Moi, je ne suis pas raciste!

Les **24 et 25 mars**, entre 11 h 30 et 13 h, venez vous prendre en photo devant la bannière au pavillon 2, niveau 2, en mode *selfie* et partagez-la sur vos médias sociaux préférés!

La provenance des mots

Saurez-vous identifier la provenance des mots que notre belle langue française a puisés dans d'autres langues et cultures? Prêtez-vous au jeu à la Zone-Orange, au pavillon 2, le mercredi **25 mars**, entre 11 h 30 et 13 h.

Exposition de livres sur le racisme

Cette exposition se tiendra au Centre des médias du **25 mars au 10 avril**.

Tout c'qui

Atelier de création littéraire

Cet atelier sera animé par David Goudreault, poète, parolier et travailleur social, le mercredi **25 mars**, de 18 h à 20 h, au local 53-270 du pavillon 2. L'inscription se fait au 819-564-6350, poste 5131. Une initiative du Service d'aide psychosociale

Souper spaghetti

Les finissants et finissantes en Techniques d'inhalothérapie vous invitent à un souper spaghetti et un encan de gâteaux, au profit des activités de fin d'études, le **26 mars** à 18 h à la cafétéria au pavillon 6. Coût : 12 \$. Information par MIO auprès d'Amélie Perron.

Conférence *Pas de pain sans mains*

Des millions de personnes quittent les terres agricoles pour la ville. Au rythme actuel, comment pourrions-nous assurer la sécurité alimentaire d'une population mondiale en constante augmentation avec de moins en moins de travailleurs ruraux pour nourrir tout ce monde? Vous trouverez réponse à ce questionnement en compagnie du conférencier Clarence Mercier, géographe, le **24 mars** à 19 h, à la salle Alfred-Des Rochers. Les profits seront consacrés à l'organisation du Stage ONU. Coût 3 \$.

Massothon

Les étudiantes et étudiants en 2^e année en Techniques de réadaptation physique organisent un massothon au 7^e étage du pavillon 2 afin de financer leur stage en Belgique. Cette activité se tiendra les **23, 24, 25, 26, 30 et 31 mars**, de 18 h 30 à 22 h. Le coût des massages est de 20 \$ pour 30 minutes ou 30 \$ pour 60 minutes. Pour prendre rendez-vous, appelez au 819 564-6350, poste 4909 ou contactez Annabelle Blais par MIO en précisant vos disponibilités.



Imprimé sur du papier Enviro 100, 100% recyclé, postconsommation